

**Travail au froid**  
Soyez vigilants et protégez-vous du froid!

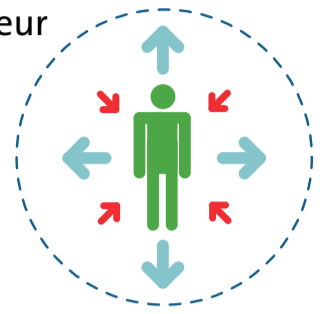
Entre  2011 et  2015 au Québec,

**98** travailleurs ont subi une lésion causée par le froid.



**EXPOSITION DU CORPS AU FROID :**

- Pertes de chaleur importantes;
- Faible gain de chaleur.





L'exposition au froid peut affecter les **EXTRÉMITÉS DU CORPS**


(doigts, orteils, nez, joues, oreilles), ou encore entraîner l'hypothermie.





**QUELQUES SUGGESTIONS DE MESURES DE PRÉVENTION** à appliquer selon votre contexte de travail :


 **CHAUFFEZ LES POSTES DE TRAVAIL ;**


 **ALTERNEZ LES PÉRIODES DE TRAVAIL ET DE RÉCHAUFFEMENT ;**

 **UTILISEZ DES ABRIS CHAUFFÉS ;**

 **RÉORGANISEZ LE TRAVAIL POUR ACCOMPLIR LES TÂCHES À L'EXTÉRIEUR DURANT LES PÉRIODES LES PLUS CHAUDES DE LA JOURNÉE ;**

 **RECOUVREZ LES POIGNÉES ET LES BARRES MÉTALLIQUES D'UN ISOLANT THERMIQUE ;**

 **EXERCEZ UNE SURVEILLANCE ACCRUE POUR RECONNAÎTRE LES SIGNES OU LES SYMPTÔMES D'UNE ATTEINTE À LA SANTÉ OU À LA SÉCURITÉ.**

 **PORTEZ DES VÊTEMENTS ADAPTÉS À LA TEMPÉRATURE ET AUX TÂCHES À EXÉCUTER; PAR EXEMPLE, PORTEZ PLUSIEURS ÉPAISSEURS ET COUVREZ BIEN VOTRE TÊTE ;**

**RÉGIME TRAVAIL-RÉCHAUFFEMENT** pour une période de travail de quatre heures\*

TEMPÉRATURE AMBIANTE	PAS DE VENT NOTABLE		VITESSE DU VENT****							
			8 km/h		16 km/h		24 km/h		32 km/h	
CIEL ENSOLEILLÉ (°C)**	Durée max. période de travail	Nombre de pauses***	Durée max. période de travail	Nombre de pauses***	Durée max. période de travail	Nombre de pauses***	Durée max. période de travail	Nombre de pauses***	Durée max. période de travail	Nombre de pauses***
De -26 à -28	120 min	1	120 min	1	75 min	2	55 min	3	40 min	4
De -29 à -31	120 min	1	75 min	2	55 min	3	40 min	4	30 min	5
De -32 à -34	75 min	2	55 min	3	40 min	4	30 min	5	Interrompre tout travail, sauf urgence	
De -35 à -37	55 min	3	40 min	4	30 min	5	Interrompre tout travail, sauf urgence			
De -38 à -39	40 min	4	30 min	5	Interrompre tout travail, sauf urgence					
De -40 à -42	30 min	5	Interrompre tout travail, sauf urgence							
-43 ou au-dessous	Interrompre tout travail, sauf urgence									

Source : Saskatchewan Department of Labour, Occupational Health and Safety Division.

\* Le régime s'applique à un travail modéré à lourd avec des pauses de réchauffement de 10 minutes dans un endroit chauffé. Pour un travail léger à modéré, le régime s'applique un cran plus bas. Par exemple, à -35 °C, lorsqu'il n'y a pas de vent notable, un travailleur qui exécute une tâche exigeant peu de mouvements doit avoir un régime de 40 minutes de travail (au lieu de 55 minutes). En étant moins actif, le corps produit moins de chaleur et, par conséquent, se refroidit plus rapidement.

\*\* Toutes les températures sont approximatives.

\*\*\* Nombre de pauses : comprend une pause normale après 2 heures plus le nombre de pauses de réchauffement supplémentaires nécessaires.

\*\*\*\* À défaut de pouvoir mesurer la vitesse du vent, on peut l'estimer ainsi : un vent de 8 km/h est suffisant pour faire bouger un drapeau léger ; à 16 km/h, le drapeau est complètement déployé ; à 24 km/h, le vent soulève une feuille de papier journal ; à 32 km/h, il cause de la poudrière.